



【每日聖言分享】

讀聖書、做默想是我們的精神食糧

聖母進教者之佑善會提供以下的默想和祈禱素材，鼓勵基督徒及善心人士每天用 15 分鐘靜下來，閱讀和默想主的話，並付諸實行。
(默想素材由聖母進教者之佑善會會員依個人的觀點輪流編寫。本會歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。)



2024.06.20 【祈禱的秘訣？】

你們祈禱時，不要嘮嘮叨叨。(瑪 6:7)

德 48:1-15

詠 97:1-2, 3-4, 5-6, 7

瑪 6:7-15



默想：

在今天的福音中，耶穌提醒我們向天父祈禱時不要多言。在福音的另一處，耶穌也提醒我們在個人祈禱時，「要進入你的內室，關上門，向你在暗中之父祈禱；你的父在暗中看見，必要報答你。」(瑪 6:6)。此外，我們也熟悉這樣的教導：我們祈禱時不應該也不需要向天主下 order (吩咐天主做什麼)。耶穌在加納婚宴中將水變為酒的奇蹟中，聖母向耶穌提出請求的方式可以說是最經典的祈禱方式。聖母只是向耶穌指出問題所在，沒有要求耶穌做什麼，也

沒有提出應該怎麼做和達到什麼程度。因為聖母知道，如果耶穌願意答應她的請求，所做的必然是最適合的事。

那麼，我們是否不需要向天主表達我們心中的祈求呢？耶穌也說：「因為你們的父，在你們求他以前，已知道你們需要什麼。」(瑪 6:8) 筆者認為，即使如此，我們仍然可以向天主表達我們的請求，只是不要多言罷了。耶穌可能強調的也是這個意思。因為在今天福音的後半部分，耶穌教導我們用天主經祈禱，其中也包含了祈求的部分，並且是每天的祈求。在現實生活中，有時候子女會透過母親向父親要求一些東西，因為這樣父親會比較容易接受子女的要求。我們也絕對可以透過聖母向耶穌或天主作出祈求，這就是我們天主教所說的代禱。我們也可以求天上的其他聖人代禱。有些子女在向父母祈求時，也會撒嬌。其實在我們向天父祈求時，有時也可以用這種態度。

朋友們，下次當你向天父祈求時，你會選擇哪種方式呢？

我的祈禱：

主耶穌，讓我們記住，你是我們唯一的中保。我們絕對可以透過你向天父祈禱。

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓

網址：<https://www.maryhcs.org> 電話：2838 0780

電郵：bonfire@maryhcs.org 傳真：2838 0876

- 我願意成為<每日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。
- 我願意成為<靈火>讀者，請給我定期寄上<靈火>。
- 我願意響應聖母進教者之佑會呼籲，嘗試每天讀聖書做默想。

姓名：_____ (中) _____ (英)

電郵：_____

地址：_____

電話：_____ 日期：_____



【每日聖言分享】

讀聖書、做默想是我們的精神食糧

聖母進教者之佑善會提供以下的默想和祈禱素材，鼓勵基督徒及善心人士每天用 15 分鐘靜下來，閱讀和默想主的話，並付諸實行。

(默想素材由聖母進教者之佑善會會員依個人的觀點輪流編寫。本會歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。)



德訓篇 48:1-15

(在厄里亞被火旋風捲去後，厄里叟充滿了他的精神。)

當時興起了一位激烈如火的先知厄里亞，他的言辭熾熱如火炬。他使人民遭遇饑荒，因他嫉惡如仇，使人民的數目大減，他因上主的一句話，關閉了蒼天；同樣，他也三次使火下降。啊！厄里亞！因你的奇蹟，你是多麼榮耀！誰能自誇與你相似？你因至高者的一句話，從死亡中，由陰府裏，使死人復活；你將數位君王推倒，以至喪亡；你把尊貴的人，從床上推下；你在西乃山上，聽見了上主的訓誡；你在曷勒布山上，聽到了報復的斷案；你用油祝聖了君王，為執行報復的事；你用油祝聖了先知，為繼承你的職務；你乘著火馬車，被火旋風捲去；你受命隨時備妥，為在上主發怒以前，平息義怒，為使父親的心轉向兒子，為使雅各伯的各支派恢復舊觀。看見你的人，和安眠於愛的人，是有福的！因為我們也要生活。

在厄里亞被旋風捲去後，厄里叟充滿了他的精神；他在世時，沒有君王能夠動搖他，沒有人能夠使他屈服，沒有什麼事能夠難倒他；死後，他的屍體還能執行先知的任務；他生時行了奇蹟；死後，他還行了奇事。——上主的話。

聖詠 97:1-2,3-4,5-6,7

【答】：義人們，請因上主而歡欣。

領：上主為王！願大地踴躍，無數島嶼也都要歡樂！雲彩和黑暗將他團團包圍，正義與公道支持他的座位。【答】

領：烈火在他前面先行，焚燒他四周的敵人。他的閃電照亮塵寰，大地一見，戰慄搖撼。

【答】

領：面對上主，即普世的主宰，大山要像蠟燭一般溶解。蒼天宣揚他的公道，萬民目睹他的光耀。【答】

領：願所有拜偶像，以邪神自誇的人受辱；願所有的神祇，都俯伏在他面前叩首。【答】

聖瑪竇福音 6:7-15

(你們應當這樣祈禱。)

那時候，耶穌對他的門徒說：「你們祈禱時，不要嘮嘮叨叨，如同外邦人一樣，因為他們以為只要多言，便可獲得垂允。你們不要跟他們一樣，因為你們的父，在你們求他以前，已知道你們需要什麼。所以，你們應當這樣祈禱：我們在天的父！願你的名被尊為聖，願你的國來臨，願你的旨意承行於地，如在天上一樣！我們的日用糧，求你今天賜給我們；寬免我們的罪債，猶如我們也寬免得罪我們的人；不要讓我們陷入誘惑，但救我們免於兇惡。因為你們若寬免別人的過犯，你們的天父也必寬免你們的；但你們若不寬免別人的，你們的父也必不寬免你們的過犯。」——上主的話。

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓

網址：<https://www.maryhcs.org> 電話：2838 0780

電郵：bonfire@maryhcs.org 傳真：2838 0876

- 我願意成為<每日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。
- 我願意成為<靈火>讀者，請給我定期寄上<靈火>。
- 我願意響應聖母進教者之佑會呼籲，嘗試每天讀聖書做默想。

姓名：_____ (中) _____ (英) 電郵：_____

地址：_____ 電話：_____ 日期：_____